

توزيع المنهج لمادة التربية البدنية والدفاع عن النفس



تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية

موقع المناهج ← المناهج السعودية ← الصف الأول المتوسط ← التربية البدنية ← الفصل الأول ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 03:21:37 2025-08-19

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب الاختبارات الكترونية الاختبارات ا حلول ا عروض بوربوينت ا أوراق عمل
منهج انجليزي ا ملخصات وتقارير ا مذكرات وبنوك الامتحان النهائي للمدرس

المزيد من مادة
التربية البدنية:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الأول المتوسط



صفحة المناهج
السعودية على
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

المزيد من الملفات بحسب الصف الأول المتوسط والمادة التربية البدنية في الفصل الأول

توزيع منهج التربية البدنية 1445 هـ

1

اختبار منتصف الفصل

2

تحضير تربية بدنية اول متوسط

3

توزيع منهج التربية البدنية

4

للعام: ١٤٤٧	الفصل: الدراسي الأول	الصف: الصف الأول المتوسط	المادة: التربية البدنية والدفاع عن النفس
الأسبوع 6	الأسبوع 5	الأسبوع 4	الأسبوع 3
من ١٤٤٧-٤-١٠ إلى ١٤٤٧-٤-٦ الأولي: الصحة واللياقة البدنية-دور التغذية الصحية في تحسين الأداء الرياضي. الثانية: كرة القدم-رمية التماس	من ١٤٤٧-٣-٢٩ إلى ١٤٤٧-٤-٣ الأولي: الصحة واللياقة البدنية-الاحتياج اليومي من الحصة الغذائية لعمر (14-18 سنة).	من ١٤٤٧-٣-٢٦ إلى ١٤٤٧-٣-٢٢ الأولي: الصحة واللياقة البدنية-كيفية تقدير ضربات القلب القصى.	من ١٤٤٧-٣-١٥ إلى ١٤٤٧-٣-١٩ الأولي: الصحة واللياقة البدنية-أهم الإصابات الحرارية أثناء المجهود البدني. الأولي: الصحة واللياقة البدنية-كيفية تحسس نبض القلب.
الأسبوع 12	الأسبوع 11	الأسبوع 10	الأسبوع 9
من ١٤٤٧-٥-٢٢ إلى ١٤٤٧-٥-١٨ الرابعة: كرة السلة-الرمية الحرة	من ١٤٤٧-٥-١٥ إلى ١٤٤٧-٥-١١ الرابعة: كرة السلة-التمريرة المرتردة باليدين	من ١٤٤٧-٥-٨ إلى ١٤٤٧-٥-٤ الثالثة:الكرة الطائرة-الاستقبال بالساعدين من الجانب.	من ١٤٤٧-٥-١ إلى ١٤٤٧-٤-٢٧ الثانية: كرة القدم-التصويب من الثبات الثالثة:الكرة الطائرة-التمرير بالساعدين للأعلى والخلف.
الأسبوع 18	الأسبوع 17	الأسبوع 16	الأسبوع 15
من ١٤٤٧-٧-١٢ إلى ١٤٤٧-٧-٨ مراجعة واختبارات	من ١٤٤٧-٧-١ إلى ١٤٤٧-٧-٥ مراجعة واختبارات	من ١٤٤٧-٦-٢٧ إلى ١٤٤٧-٦-٢٣ الخامسة: كرة اليد-تقويم مخرجات الوحدة	من ١٤٤٧-٦-١٦ إلى ١٤٤٧-٦-٢٠ الخامسة: كرة اليد-التصويب من مستوى الحوض.
الأسبوع 24	الأسبوع 23	الأسبوع 22	الأسبوع 21
من ١٤٤٧-٦-٢٢ إلى ١٤٤٧-٦-١٨ مراجعة واختبارات	من ١٤٤٧-٦-١٩ إلى ١٤٤٧-٦-١٥ مراجعة واختبارات	من ١٤٤٧-٦-١٢ إلى ١٤٤٧-٦-٨ الخامسة: كرة اليد-تقويم مخرجات الوحدة	من ١٤٤٧-٦-١ إلى ١٤٤٧-٥-٢٧ الخامسة: كرة اليد-تقويم مخرجات الوحدة
الأسبوع 30	الأسبوع 29	الأسبوع 28	الأسبوع 27
من ١٤٤٧-٦-١٥ إلى ١٤٤٧-٦-١١ مراجعة واختبارات	من ١٤٤٧-٦-١٢ إلى ١٤٤٧-٦-٨ مراجعة واختبارات	من ١٤٤٧-٦-٥ إلى ١٤٤٧-٦-١ مراجعة واختبارات	من ١٤٤٧-٥-٢٩ إلى ١٤٤٧-٥-٢٥ مراجعة واختبارات
الأسبوع 36	الأسبوع 35	الأسبوع 34	الأسبوع 33
من ١٤٤٧-٦-١ إلى ١٤٤٧-٥-٢٧ مراجعة واختبارات	من ١٤٤٧-٥-٢٤ إلى ١٤٤٧-٥-٢٠ مراجعة واختبارات	من ١٤٤٧-٥-٢١ إلى ١٤٤٧-٥-١٧ مراجعة واختبارات	من ١٤٤٧-٥-١٤ إلى ١٤٤٧-٥-١٠ مراجعة واختبارات

الإجازات:

١- الثلاثاء ١٤٤٧/٤/١ اليوم الوطني، ٢- الأحد ١٤٤٧/٤/٢٠ إجازة إضافية، ٣- من ١٤٤٧/٥/٣٠ إلى ١٤٤٧/٦/٨ إجازة الخريف، ٤- الخميس ١٤٤٧/٦/٢٠ إجازة إضافية، ٥- الأحد ١٤٤٧/٦/٢٣ إجازة إضافية، ٦- الاختبارات من ١٤٤٧/٧/٥ -٧ بداية إجازة منتصف ١٤٤٧/٧/٢٠ حتى ١٤٤٧/٧/٢٨